

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 4 комбинированного вида»

**Конспект занятия по развитию
эмоционального интеллекта для детей
старшего дошкольного возраста
на тему:
«Дружба начинается с улыбки»**

Составила: педагог-психолог
Кочетова Е.С.

Цель: развитие эмоционального интеллекта, учить детей ориентироваться в собственном эмоциональном состоянии, уметь распознавать по мимике лица эмоциональное состояние другого человека.

Задачи:

- закрепить знания детей об эмоциях и их выражении;
- формировать интерес к собственному эмоциональному миру;
- снять психоэмоциональное напряжение;
- развивать восприятие;
- развивать коммуникативные способности;
- развивать саморефлексию.

Оборудование и материалы: изображения эмоций, бланки с заданиями, цветные карандаши.

Целевая аудитория: дети старшего дошкольного возраста.

Продолжительность занятия: 25 минут.

Ход занятия:

I. Вступительная часть.

Приветствие «Улыбка»

Дети с педагогом-психологом становятся в круг. Ребята, сейчас мы будем приветствовать друг друга улыбкой. Психолог берет за руки ребенка и говорит: «Имя ребенка, я тебе передаю свою улыбку, а ты передай свою улыбку следующему».

II. Основная часть.

Сегодня мы отправимся в интересное путешествие. Поехали! Посмотрите ребята кто к нам сегодня пришёл. Это лягушка, но совсем не простая, на голове есть корона. Это принц. Давным-давно в далёком королевстве жил был принц. Он совершенно не понимал, что чувствуют окружающие, он думал, что все хорошо, не мог различить, кто радуется, кто смеется, кто злится, кто обижается. Был он строгий, сердитым и злым и ходил по всему королевству и раздавал всем пинки. Конечно, всем это не нравилось, они не понимали, почему он так себя ведет, почему он такой сердитый и злой. И поэтому колдунья заколдовала его и превратила в лягушку, чтобы он подумал о своем поведении и научился чувствовать эмоции других. Давайте поможем принцу и расскажем ему, какие есть эмоции и как их испытывают люди. Научим его?

Беседа «Мир эмоций»

Цель: психологическое просвещение, актуализация имеющихся знаний.

Дети, что такое эмоции? Давайте вспомним, какие бывают эмоции.

Пиктограмма эмоции Радость. Это положительная эмоция. Возникает, когда человек доволен тем, что происходит в его жизни.

Я радуюсь, когда.....

Пиктограмма эмоции Грусть. Это отрицательно окрашенная эмоция. Считается противоположной радости. Возникает в случае неудовлетворения происходящими в жизни событиями. Близка по значению к таким понятиям как «печаль», «тоска», «уныние».

Мне грустно, когда.....

Пиктограмма эмоции Злость. Одна из важнейших эмоций человека и в то же время одна из самых неприятных. Считается, что злиться – плохо, так как это приводит к обидам, ссорам, дракам. Однако, существуют и такие понятия, как «праведный гнев», «спортивная злость». Подобные переживания часто необходимы, чтобы отстоять своё мнение или справиться с трудной задачей.

Я злюсь, когда.....

Ребята, давайте покажем принцу, как правильно контролировать свою злость, свой гнев. Это очень важно.

Поза выдержанного человека. Надо обхватить себя двумя руками крепко-крепко, как будто обнять и сказать, злость – уходи.

Упражнение «Листок для гнева». Детям раздаются листочки. Наши листочки помогут нам выразить свой гнев, злость. Если кто хочет, может смять, кто – то может порвать их. Начали. Мы рвем свой гнев, пусть он уходит от нас, чтобы было хорошее настроение. В ведёрко для гнева складываем рваные листочки, все отрицательные эмоции.

Молодцы, показали принцу, как надо бороться со своим гневом, чтобы не вымещать его на других людей.

Пиктограмма эмоции Удивление. Самая кратковременная эмоция, не имеющая четко выраженной положительной или отрицательной окраски. Удивление – это реакция на внезапно возникшее обстоятельство.

Я удивляюсь, когда.....

Пиктограмма эмоции Страх. Отрицательная эмоция (неприятное ощущение), которая возникает в результате реальной или воображаемой опасности или угрозы.

Мне страшно, когда....

Пиктограмма эмоции Спокойствие. Это приятное ощущение, состояние внутреннего счастья, когда тебя ничто не беспокоит, тебе не грустно, не обидно, не страшно.

Я спокоен, когда....

Что влияет на наши эмоции? (ответы детей). Сейчас мы попробуем изобразить и рассмотреть, как наше лицо выражает те или иные эмоции.

Упражнение «Театр масок»

Цель: развитие умения понимать эмоции окружающих через проигрывание эмоционального состояния. Мы посетим театр масок. Вы будете актеры. Я буду

просить вас показать различные выражения лиц сказочных героев, а вы будите их показывать. По команде: «Раз, два, три – замри. Надо замереть, чтобы всем показать вашу выразительную эмоцию».

Психолог говорит:

- Покажите, как выглядит злая Баба Яга.
- Покажите, как испугалась бабушка из сказки про Красную Шапочку, когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с волком.
- Покажите, как расстроилась бабушка, когда увидела, что колобок укатился.
- Покажите, как радуются бременские музыканты.
- Покажите, как хитро улыбается лиса, которой понравился колобок.
- Покажите, как удивился старик, когда с ним заговорила золотая рыбка.

Расслабляющий самомассаж (под спокойную музыку)

Дети кончиками пальцев массируют кожу и волосы головы, ушные раковины, лоб, нос, слегка нажимаем на веки, массируем щеки (автор: Куликовская Т.Л., Массаж лицевых мышц для малышей. – М.: Книголюб).

Мы увидели, как изменяется выражение нашего лица при той или иной эмоции, а теперь попробуем выполнить задание.

Практическое задание «Найди котёнка»

Цель: развитие умения понимать эмоции окружающих по мимике лица, развитие эмоционального интеллекта.

Рассмотрите картинки с изображениями детей и котят. Расскажите, в чём сходство детей и котят. Соедини линией котёнка со своим хозяином.

III. Итог занятия

Молодцы, ребята. Как вы думаете, заколдованный принц понял чувства и эмоции? Он выучил свой урок? И кажется, ему обратно пора превращаться обратно в принца. Закройте глазки. А вот и наш принц.

Ребята, скажите, о чем мы сегодня с вами беседовали? Вспомните, какие эмоции мы вспоминали? Что на занятии вам понравилось больше всего?